

მარტივი საკითხავი:

როდის მივმართოთ გინეკოლოგს?

მნიშვნელოვანია ყველა შშმ გოგონამ და ქალმა იცოდეს, რომ რეკომენდებულია გინეკოლოგთან ვიზიტი, ყოველწლიურად, წელიწადში ერთხელ გეგმიური გინეკოლოგიური შემოწმებისთვის და ისეთი სკრინინგული კვლევების ჩასატარებლად როგორცაა მაგალითად, პაპ ტესტი (საშვილოსნოს ყელის კიბოს განვითარების პრევენცია), გინეკოლოგიური (მცირე მენჯის ღრუს) და სარძევე ჯირკვლის ულტრაბგერითი გამოკვლევა და სხვა. ასევე, ნებისმიერი ქვემოთ ჩამოთვლილი ჩივილის დროს:

- ტკივილი/დაჭიმულობა მუცლის ქვემო არეში
- საშოდან უსიამოვნო სუნის გამონადენი
- საშოს წვისა და ქავილის შეგრძნება
- გარეთა სასქესო ორგანოებზე გამონაყარი
- მენსტრუალური ციკლის დარღვევები
- სისხლიანი გამონადენი მენსტრუაციათა შორის პერიოდში
- მენოპაუზა და მასთან დაკავშირებული ჩივილები
- უშვილობა
- შარდის შეუკავებლობა
- შორისის მიდამოში უცხო სხეულის არსებობის შეგრძნება
- ასევე, კონტრაცეფციის შერჩევის მიზნით და ორსულობის დასაგეგმად

- ჩვილების არსებობის შემთხვევაში შესაბამისი მკურნალობის (როგორც კონსერვატიული ასევე ქირურგიული) შერჩევითვის.

შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე (შშმ) ახალგაზრდა პირების სექსუალურ და რეპროდუქციულ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული უფლებების სრულად რეალიზებისთვის სხვა ქალთა თანასწორად, მომსახურება მორგებული უნდა იყოს მათი ჯანმრთელობისა და განვითარების საჭიროებებზე. მათთვის მისაწვდომი ფორმით უნდა მიეწოდოს ინფორმაცია მენსტრუალური ციკლის დარღვევების, კონტრაცეფციის, სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებების ტესტირებასა და მკურნალობაზე, ორსულობის დასაგეგმად, ორსულობის შემთხვევაში სრულყოფილი ანტენატალური ვიზიტებისთვის, დედათა და ახალშობილთა ჯანმრთელობის დაცვის მომსახურებებზე, ვაქცინაციის ეფექტურობაზე (ჰაპილომა ვირუსის საწინააღმდეგო ვაქცინა), უსაფრთხო აბორტთან დაკავშირებულ ინტერვენციებზე.

ქალის ცხოვრების ყველა ეტაპზე აუცილებელია გინეკოლოგის კონსულტაცია, მოზარდობის ე.წ პუბერტატის ასაკში აღინიშნება მნიშვნელოვანი ფიზიოლოგიური ცვლილებები, იცვლება ჰორმონალური ფონი, ამ ასაკში მოზარდს შეიძლება აწუხებდეს შფოთვა, გარკვეული კვებითი დარღვევები, გამონაყარი სახესა და სხეულზე, იწყება პირველი მენსტრუაცია (მენარქე) და მენსტრუალური ციკლის დასაწყისი, ასევე ხშირია დისმენორეა- მტკივნეული მენსტრუაცია.

მნიშვნელოვანია ასევე მენოპაუზის, პერი მენოპაუზის პერიოდი, ასეთ დროს მენსტრუალური ციკლი ხდება არარეგულარული, რაც გამოწვეულია გარკვეული ჰორმონალური ცვლილებებით, რასაც შეიძლება თან ახლდეს ისეთი სიმპტომები, როგორც ღამის ოფლიანობა, ტემპერატურის ცვლილება, თავის ტკივილი, ტაქიკარდია, ემოციური ლაბილურობა, რასაც თან სდევს ცხოვრების ხარისხის გაუარესება. შესაბამისად სიმპტომების მართვა და სპეციალისტის ჩართვა აუცილებელია.

შშმ გოგონებისა და ქალებისთვის გინეკოლოგთან ვიზიტი მორგებული უნდა იყოს მათ ინდივიდუალურ შესაძლებლობებზე, გინეკოლოგთან მათ უნდა დახვდეთ ღირსეული გარემო, გინეკოლოგიური გასინჯვა მორგებული უნდა იყოს მათ ფიზიკურ შესაძლებლობებზე, რაც გულისხმობს შესაბამისი პოზის შერჩევას- გასინჯვის დროს და რიგი მანიპულაციების საწარმოებლად.

სხვადასხვა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ქალების შემთხვევაში, გინეკოლოგიური გამოკვლევისას, შესაძლებელია გამოყენებული იქნას

სხვადასხვა პოზიცია:

მუხლ-გულმკერდის პოზიცია: ქალი წევს გვერდზე, მოხრილი მუხლებით. ამ პოზიციის გამოყენება რეკომენდებულია იმ ქალების შემთხვევაში, რომლებსაც არ შეუძლიათ ფეხების განზე გაშლა და რომლებიც უფრო დაცულად გრძნობენ თავს და მეტად ინარჩუნებენ წონასწორობას ამ პოზიციაში.

ბრილიანტის ფორმის პოზიცია: ქალი წევს ზურგზე, ტერფებით ერთად და გადაშლილი მუხლებით. ეს პოზიცია შეიძლება გამოყენებული იქნას იმ შშმ ქალების შემთხვევაში, რომლებსაც არ შეუძლიათ ფეხების გინეკოლოგიურ სავარძელზე მოთავსება

M-ფორმის პოზიცია: ქალი წევს ზურგზე, მუხლის სახსარში მოხრილი და გადაწეული ფეხებით. ეს პოზიცია შეიძლება გამოყენებული იქნას იმ შშმ ქალების შემთხვევაში, რომლებიც საჭიროებენ მთელი სხეულით მაგიდაზე დაყრდნობას.

V-ფორმის პოზიცია: ქალი წევს ზურგზე გაშლილი მუხლებით ფეხები განზე. ეს პოზიცია შეიძლება გამოყენებული იქნას იმ შშმ ქალების შემთხვევაში, რომლებსაც შეზღუდული აქვთ ქვედა კიდურების მოძრაობა.

სამეანო პოზიცია: მუხლის სახსრის ქვეშ საყრდენების გამოყენება ხშირად უფრო მოსახერხებელია შშმ ქალებისთვის

კონკრეტული გინეკოლოგიური მდგომარეობების მართვა მიზანშეწონილია კომორბიდული დარღვევების(თანმხლები დაავადებების) და თანდართული გართულებების გათვალისწინებით.

ყოვლისმომცველი სექსუალური განათლება და მასთან დაკავშირებული ინფორმაცია უმნიშვნელოვანესია ქალებისა და ახალგაზრდა პირებისთვის, რათა მათ უფრო მეტი შეიტყონ საკუთარი სხეულის, სექსუალური და რეპროდუქციული ჯანმრთელობისა და უფლებების შესახებ და გააკეთონ ინფორმირებული არჩევანი მოცემულ თემებთან

დაკავშირებით. ამისთვის შესაძლებელია როგორც სამედიცინო, ასევე სკოლის პერსონალის გადამზადება, ისეთი პროგრამების შემუშავება, რომლებიც ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული მათი საჭიროებების დაკმაყოფილებაზე იქნება ორიენტირებული, თანატოლთა ურთიერთ განათლების პროგრამა, რომელიც რამდენიმე ქვეყნის პრაქტიკაში კარგი მაგალითია, შშმ პირების, მათი მშობლების, მეგობრების და სპეციალისტების ჩართულობით, ინფორმაციის მიწოდებისთვის, ასევე შესაძლებელია შეიქმნას ცხელი ხაზები, რათა მათ შეძლონ სექსუალურ და რეპროდუქციულ ჯანმრთელობასა და უფლებებთან დაკავშირებით ინფორმაციის მიღება და საჭიროებისამებრ მოხდეს მათი რეფერირება.

დოკუმენტის ავტორი

მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორი

მეან-გინეოკოლოგი

თინათინ გაგუა

დოკუმენტი შექმნილია RFSU-ს ფინანსური მხარდაჭერით. მასში იგამოთქმული მოსაზრებები შესაძლოა არ ასახავდეს RFSU-ს მოსაზრებებს.